

Le socle de la pratique centrée sur la personne : un solide ancrage dans la théorie centrée sur la personne

Paul Wilkins

Traduction : Jean-Marc Priels

Paul Wilkins est l'auteur de plusieurs ouvrages consacrés au counselling et à la psychothérapie. Il a exercé en tant que praticien et superviseur en milieu académique. Il est actuellement senior lecturer au département de psychologie et de changement social de la Metropolitan University de Manchester.

Résumé

La psychothérapie centrée sur la personne ne se limite pas à la mise en œuvre naïve de quelques bonnes intentions. Elle est une approche pratique exigeante qui trouve ses racines dans les développements théoriques de l'Approche centrée sur la personne. Son appropriation nécessite notamment une formation théorique rigoureuse, un engagement éthique et une pratique supervisée approfondie.

Mots-clés: psychothérapie centrée sur la personne, Approche centrée sur la personne, fondements, formation.

Titre original de cet article: Wilkins, P. (2010). The first step towards person-centred practice is a thorough grounding in person-centred theory. *Person-Centred Therapy, 100 Keypoints*. London & New York: Routledge., pp. 167-168.

L'un des mythes les plus tenaces et potentiellement pernicious rencontré à propos de la pratique centrée sur la personne tend à faire croire qu'elle est d'une certaine manière libre de toute théorie et que par conséquent à peu près n'importe qui serait en mesure de la pratiquer en se basant sur très peu de connaissance. La croyance est que la thérapie centrée sur la personne est chose facile à apprendre: il importe simplement d'être bienveillant et compréhensif. À l'heure actuelle il existe un monde de différence entre être un thérapeute centré sur la personne et le fait d'avoir acquis une série de compétences techniques provenant – souvent quelque peu approximativement – de la pensée et de la pratique de Carl Rogers. Pratiquer d'une manière centrée sur la personne requiert bien plus que la connaissance formelle de ce que l'on appelle communément les conditions de base. S'il est vrai qu'au cours de la rencontre thérapeutique le point d'attention du thérapeute doit se porter sur l'expérience actuelle du client plutôt que sur l'interprétation théorique de ce qui s'échange, ce ne peut être effectivement et assurément le cas que si ce thérapeute possède une réelle compréhension de la théorie centrée sur la personne. Ce qui est nécessaire c'est un solide ancrage dans tous les aspects de la théorie centrée sur la personne, une réelle compréhension des modalités pratiques de la relation avec des clients et un profond engagement envers une position éthique qui intègre le respect du client en tant que personne autodéterminée. De même est nécessaire une attention au développement de soi du praticien qui s'appuie sur l'expérience étendue de groupes de pairs et sur de nombreuses heures de pratique supervisée. La meilleure façon d'y parvenir est de suivre un programme de formation reconnu par la communauté centrée sur la personne.

Les cours qui abordent le counselling centré sur la personne comme modèle central n'offrent pas nécessairement une formation complète à la thérapie centrée sur la personne. Une pratique conséquente en tant que thérapeute centré sur la personne ne devrait pas seulement s'appuyer sur la connaissance des conditions nécessaires et suffisantes. Elle devrait également s'appuyer (par exemple) sur la conception centrée sur la personne de la personne, sur le besoin d'un regard positif inconditionnel, sur les racines et les raisons de l'attitude non-directive, sur une compréhension et une conviction de la tendance actualisante et sur l'appréciation de comment les conditions de valorisation surviennent et comment elles affectent le développement. Une bonne manière de débiter avec tous ces aspects consiste à lire les ouvrages classiques de Rogers (par exemple 1951, 1957, 1959) ainsi que les présentations (ou les reprises) de sa théorie de base (par exemple Mearns & Thorne, 2000 et 2007; Merry, 2002; Sanders, 2006).

Références

- Mearns, D. Thorne. B. (2000). *Person-Centred Therapy Today: New Frontiers in Theory and Practice*, London: Sage.
- Mearns, D. Thorne. B. (2007). *Person-Centred Counselling in Action*, 3rd Ed. London: Sage.
- Merry. T. (2002) *Learning and Being in Person- Centred Couselling*, 2nd Ed. Ross-on-Wye, PCCS Books.
- Rogers. C. R. (1951). *Client-Centered Therapy: Its Current Practice. Implications and Theory*. Boston, MA: Houghton Mifflin.
- Rogers. C. R. (1957). The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change. *Journal of Consulting Psychology*, 21, pp. 95-103 – Les conditions nécessaires et suffisantes d'une modification thérapeutique de la personnalité, in C. R. Rogers (2001). *L'Approche centrée sur la personne*. Anthologie de textes présentés par H. Kirschenbaum et V. Land Henderson, Trad. Henri-Georges Richon. Lausanne: Randin, pp. 253-269.
- Rogers. C. R. (1959). A theory of therapy, personality and interpersonal relationships, as developed in the client centered framework. In S. Koch (Ed.) *Psychology: A study of a Science, 3. Formulations of the Person and the Social Context*. New York: Basic Books – Thérapie, personnalité et relations interpersonnelles: une théorie inscrite dans le champ de l'approche centrée sur le client (version abrégée), in C. R. Rogers, *op. cit.*, pp. 270-296.
- Sanders. P. (2006) *The Person-Centred Counselling Primer*. Ross-on-Wye: PCCS Books.